

# PORELDESPERTAR

**Comunidad de Integración y Desarrollo Humano**

Artículos de Interés Complementario para el Curso de Formación en Fitomedicina

## ESCLEROSIS MULTIPLE: Alternativas para su tratamiento natural

Dr. Pablo de la Iglesia

### El Panorama Actual

La Esclerosis Múltiple (EM) es una enfermedad caracterizada por la presencia de lesiones desmielinizantes diseminadas por todo el sistema nervioso central; existen diversas formas de manifestación, cuya intensidad es variable según los casos.

Estadísticamente, la EM es una enfermedad que tiene mayor presencia epidemiológica en Norteamérica y Europa, y significativamente menor en Asia, África y Sudamérica; llamativamente, afecta más a las personas económicamente pudientes.

Los síntomas que caracterizan a esta enfermedad son debilidad, alteraciones visuales, temblores, ataxia, alteraciones emocionales, deterioro cognitivo, incontinencia urinaria, sordera.

La evolución de la enfermedad se da por brotes o crisis y remisiones; también puede avanzar progresivamente sin distinguir claramente las fases de agudización de la enfermedad con aquellas de remisión.

Una vez hecho el diagnóstico, el paciente medio tiene una expectativa de vida limitada a unos 25-30 años.

### La Alternativa Natural

Lamentablemente, el enfermo promedio sigue inevitablemente este lamentable curso degenerativo, sin remedio para su sufrimiento, simplemente por falta de

obtener con la medicina alopática.

Llevo padeciendo EM por más de diez años, y a pesar de que en los primeros años la enfermedad evolucionó muy rápidamente, dejándome casi paralítico, atáxico, con serios problemas cognitivos, incontinencia urinaria, impotencia sexual..., el descubrimiento de la Medicina Natural me ayudó poco a poco a ir superando aquella triste condición, y aunque con secuelas que vuelven lento mi andar, hoy he recuperado mi lugar en el mundo.

Comparativamente con el triste curso degenerativo que siguen la mayoría de los pacientes, las pocas personas que he conocido y siguieron programas similares a este, han detenido el avance de la enfermedad en la mayoría de los casos y lograron revertir muchas de las secuelas que acarreaban.

### La importancia de una buena alimentación

Fue el Dr. Roy Swank quien ha hecho un trabajo de seguimiento durante varias décadas a un importante grupo de enfermos de EM estudiando la evolución de la enfermedad en comparación con los hábitos alimentarios.

Descubrió que aquellas personas que seguían una alimentación muy baja en grasas saturadas de origen animal, tenían una mayor sobrevida. De acuerdo a este trabajo, una persona con EM debería eliminar o limitar a niveles muy mínimos las carnes rojas y todos sus derivados, los huevos y los lácteos; **el consumo de aceites vegetales de primera prensada en frío, los cereales integrales, las legumbres, los frutos secos, el pescado, las verduras y las frutas, bien equilibrados, constituyen la mejor opción para aspirar a detener el avance de esta enfermedad.**

### El Estrés y las Infecciones

Epidemiológicamente, **los brotes suelen darse con mayor frecuencia después de un episodio de estrés o una infección.**

En el primer caso, la práctica de **meditación** o **yoga** son las mejores opciones para dotar al individuo de herramientas de autocontrol psíquico y que le permitan contar con recursos emocionales para enfrentar su condición. Algunas formas de psicoterapia, como la **Programación Neurolingüística**, son muy útiles para generar una visión pragmática de la vida y desarrollar estrategias que nos faciliten la reinserción plena en la sociedad, aún con nuestras limitaciones.

**En cuanto a las infecciones, la prevención es el camino más adecuado;** evitar gripes, resfriados, etc., es relativamente accesible si nos aprovechamos correctamente de la Medicina Natural. **El propóleo, la equinacea o el ajo, tomados de forma permanente son eficaces para este propósito;** en caso de coger una infección, es fundamental aumentar las dosis habituales con el consejo de un profesional.

### Regular la inmunidad

Puesto que la EM es una enfermedad de tipo autoinmune, es decir que nuestras propias defensas en lugar de ser eficientes en la neutralización de virus, bacterias, hongos o sustancias tóxicas, agreden nuestros propios tejidos; en este caso, el tejido afectado es el sistema nervioso.

Para paliar esta situación, la alopátia, cuando cursa un brote, recurre a los corticoides, sustancias que suprimen el fenómeno inflamatorio y deprimen el sistema inmune; esta inmunosupresión, a su vez nos predispone a una infección, causal de nuevos brotes y de mortandad en muchos afectados.

Las sustancias arriba mencionadas –Ajo, Propóleo, Equinacea-, además de ser inmunoestimulantes, actúan como inmunoreguladoras. En cualquier caso, **los mejores complementos nutricionales para este fin son el Aceite de Onagra (Omega 6) y el Aceite de Pescado (Omega 3);** ambos aceites deben ser ingeridos en forma crónica y en cantidades apreciables.

Otros elementos naturales que potencian estos resultados y la posibilidad de éxito, son el fruto del **Noni**, el **Aloe Vera**, el **Cartílago de Tiburón**, **MSM (metilsulfonilmetane)** o el **Camote Silvestre Mexicano (Wild Yam)**.

### Otros Recursos

Los **antioxidantes** (Vitaminas C, E, Betacaroteno, los minerales Selenio, Zinc, Magnesio, la Coenzima Q10) son una valiosísima ayuda adicional; el **Ginkgo Biloba** y la **Lecitina de Soja** son tónicos y regeneradores del sistema nervioso cuyos resultados también pueden apreciarse en la respuesta favorable del paciente.

Mi experiencia personal, además del valor científico de estos consejos, me dice

asociación de esclerosis múltiple para encontrarse con un panorama desolador y carente de esperanzas, razón por la cual, siento que en este caso, la alternativa se convierte en la mejor opción.

**Pablo de la Iglesia**  
Naturópata y afectado de EM

Puedes enviar tus dudas, comentarios y sugerencias a  
[poreldespertar@poreldespertar.com](mailto:poreldespertar@poreldespertar.com)